

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении спортивных соревнований веселые старты**  
**«Выходи во двор, поиграем»**  
**среди воспитанников воскресных школ и православных объединений**

**I. Общие положения**

Настоящее положение определяет порядок, условия проведения соревнований веселые старты «Выходи во двор, поиграем» среди воспитанников воскресных школ и православных объединений в 2024-2025 учебном году

**II. Цели и задачи**

- сохранение и укрепление физического здоровья воспитанников воскресных школ и православных объединений;
- воспитания христианских качеств и навыков у подрастающего поколения через участие в спортивных состязаниях;
- воспитание чувств коллективизма, сплоченности, взаимовыручки;
- пропаганда и развитие массового, любительского спорта среди воспитанников воскресных школ и православных объединений;
- популяризация у детей, школьников, студентов спортивного, активного образа жизни, как основы воспитания здорового, социально-активного подрастающего поколения и воспитание физической культуры;
- привлечение детей дошкольного, школьного и студенческого возраста к систематическим занятиям физической культурой и спортом, и участиям в спортивно массовых мероприятиях;
- создание площадки, условий для знакомства и общения учащихся воскресных школ из разных приходов

**III. Руководство и организаторы проведения соревнований:**

3.1 Отделы по вопросам физической культуры и спорта и по деятельности воскресных школ Центрального Викариатства, Центрального и Иверского благочиния, приход храма пророка Божия Илии на Новгородском подворье, при поддержке Отдела по делам физической культуры и спорта Московской городской епархии; Комиссии по деятельности воскресных школ при Епархиальном Совете города Москвы; Благотворительного фонда «Пророка Божия Илии».

3.2 Общую подготовку и проведение соревнований осуществляет оргкомитет соревнования.

- - Яковлев М.А., помощник ответственного за деятельность воскресных школ Иверского благочиния, ответственный по работе с молодежью и вопросам физической культуры и спорта Иверского благочиния.
- - Заболотина Т. А., представитель благотворительного фонда «Пророка Божия Илии»
- - Иванов А.П., представитель отдела по вопросам физической культуры и спорта Иверского благочиния

3.3 Судейство соревнования осуществляется судейской бригадой, которая утверждается руководством и оргкомитетом.

3.4 По всем вопросам проведения соревнований обращаться в оргкомитет по адресу: Москва, ул. Новослободская, 58, Собор Всемилоственного Спаса.

Электронный адрес: sretenie.fest@gmail.com для Яковлева Михаила или по телефону: 8-916-189-30-04 Заболотина Татьяна, 8-916-491-20-52 Яковлев Михаил.

#### IV. Место и сроки проведения:

Соревнования проводятся **16 ноября 2024 года** с 12.00 до 15.00 (ГБОУ «Школа 2055», Москва, ул. Подвойского, 2, м. Шелепиха).

#### V. Участники соревнования:

5.1 Участниками соревнований являются команды от приходов, воскресных школ, православных объединений, православных многодетных семей города Москвы и Московской области, подавшие предварительную заявку (*приложение 1*) на участие в соревнованиях до **14 ноября 2024 года**.

5.2 К участию в соревновании веселые старты «Выходи во двор, поиграем» допускаются команды в составе 10 человек (обязательно наличие справки подтверждающей, что нет противопоказаний заниматься физкультурой у каждого участника (*можно взять у терапевта или в школе*) или заявка от команды с медицинским допуском всех участников):

- от 6 до 14 лет, 2 мальчика, 2 девочки;
- от 15 до 18 лет, 2 мальчика, 2 девочки;
- взрослые участники – 1 мужчина, 1 женщина;

допускается участие в команде 3-5-ти запасных игроков, которые обязаны быть представлены в заявке, возраст на усмотрения руководителя.

Каждый ребенок (до 16 лет) должен иметь письменное разрешение от родителей на участие в соревнованиях (*приложение 2*).

5.5 Возглавляет команду обязательно взрослый представитель, сопровождающий (старше 18 лет), он решает:

- все оргвопросы с оргкомитетом соревнований;
- доставку команды к месту проведения соревнований и обратно;
- несет полную ответственность за здоровье и поведения, каждого представителя своей команды на соревнованиях;
- следит за порядком и помогает участникам во время проведения соревнований;

5.6 Команды должны иметь **единую спортивную форму** (футболку, манишки или иной отличительный знак) и сменную спортивную обувь;

5.7 Команды должны выбрать капитана, определить название и девиз команды;

#### VI. Условия проведения соревнования:

6.1 Допуск команды к участию осуществляется на основании заявки, допуска врача каждого участника (справка или общая заявка заверенная врачом), и для детей младше 16 лет согласие родителей.

6.2 Команды подают предварительную **заявку** (*можно без допуска врача и письменного согласия от родителей*) на участие в соревнованиях в оргкомитет до **14 ноября 2024г.** по электронному адресу: [sretenie.fest@gmail.com](mailto:sretenie.fest@gmail.com) для Яковлева Михаила

6.3 Окончательный пакет документов: заявка заверенная руководством, с допуском врача и согласие родителей подаются представителем команды в день проведения соревнований за 30 минут до его начала в главную судейскую коллегию для регистрации и оформления протокола.

6.4 Правила проведения конкурсов соревнований «Выходи во двор поиграем», анкету на участие, видео материал конкурсов (*по запросу от команды*) можно получить в оргкомитете.

- 6.5 Все спорные вопросы во время соревнований решает судейская коллегия, решение объявляет главный судья.
- 6.6 Протест может подать представитель команды в главную судейскую коллегия в письменной форме в течении 20 минут после спорной ситуации;
- 6.7 Отказ команды от участия, меньше чем за два дня до начало проведения соревнований не принимаются (возможно в исключительной ситуации участие не полной команды, сборной команды с использованием запасных игроков других команд);
- 6.8 Приглашенные гости, болельщики, родители должны иметь сменную обувь.
- 6.9 Вся видео- и фото- съемка согласовывается с оргкомитетом, копии всех фото и видео материалов передаются в оргкомитет соревнований по электронному адресу: sretenie.fest@gmail.com для Яковлева Михаила 8-916-491-20-52

## VII. Программа соревнований:

### 1. Эстафета «Чехарда»

Эстафета проводится в 4 этапа. Обе команды участвуют одновременно.

#### 1 этап



Два мальчика на дистанции. 1-ый прыгает через спину 2-го, как в игре «чехарда», 2-ой прыгает через 1-го. 2-ой пролезает назад между ног 1-го, прыгает через спину 1-го. 1-ый прыгает через второго и пролезает обратно. В этой последовательности, мальчики проходят всю дистанцию до ограничительного знака и обратно.

#### 2 этап



2 девочки на дистанции как в «чехарде» перепрыгивают через спину друг друга туда и обратно.

#### 3 этап



4 девочки на дистанции. По очереди ложатся на пол, параллельно друг другу, последний игрок должен пробежать через живой барьер и лечь на пол, сразу первый игрок со стороны команды поднимается и бежит через «барьер» вперед. Упражнение выполняется на всей длине дистанции туда и обратно.

#### 4 этап



4 мальчика на дистанции. 3 мальчика выстраивают «тоннель» с упором на руки и ноги, поднимая корпус вверх, 4-ый мальчик на четвереньках пробегает сквозь тоннель и тоже становится в ряд с остальными. Как только 4-ый проходит через «тоннель» 1-ый мальчик

со стороны команды пробегает на четвереньках сквозь «тоннель» и становится «в строй». Сразу же 2-ой игрок бежит по тоннелю и т.д. Упражнение выполняется на всей дистанции, туда и обратно.

Победившей команде присуждается 3 очка, проигравшей - 1 очко, при ничейном результате — каждой команде по 2 очка.

## **2. Конкурс «Мяч ловцу»**



В игре принимают участие две команды по 4 человека (3 девочки и мужчина). Два «ловца» (взрослые спортсмены - мужчины) стоят на стульях, на противоположных концах игрового поля. У них в руках корзины для бумаг. Три полевых игрока (3 девочки) должны закинуть баскетбольный мяч своему ловцу (1 очко). Игра проходит по баскетбольным правилам. Перед броском в корзину, полевой игрок должен обязательно ударить мячом о пол. Игра идет до счета 7 или до 5 мин.

Максимальное количество очков победителю -3, проигравшей команде - 1, при ничьей обе команды получают по 2 очка.

## **3. Конкурс «Круговая порука»**



В кругу стоит вся команда вполоборота к центру круга. В правой руке - гимнастическая палка. По сигналу надо отпустить свою палку и успеть подхватить палку впереди стоящего. Кто уронит палку, покидает круг. У каждой команды - 10 попыток, т.е. ведущий 10 раз свистком дает разрешение перехватить палку. Побеждает та команда, у которой больше игроков осталось в круге.

Победившая команда получает 3 очка, проигравшая - одно очко, при ничьей каждой команде присуждается по 2 очка.

## **4. Конкурс «Перекладина»**



В конкурсе принимают участие по 4 человека от каждой команды: 2 девочки и 2 мальчика. На площадке 2 стойки с перекладной, высоту которой можно регулировать. Задача: пройти под перекладной лицом вперед, наклоня корпус назад, не помогая себе руками.

Спортсмены по очереди пытаются взять установленную высоту: сначала 4 человека одной команды, потом 4 человека другой команды. Игрок, задевший или сбивший перекладину, выбывает из игры. После каждой попытки, которую предпримут игроки, перекладина устанавливается на следующей нижней отметке.

Побеждает команда, игроки которой пройдут самую низкую высоту.

Победившая команда получает 3 очка, проигравшая - одно очко, при ничьей каждой команде присуждается по 2 очка.

### **5. Эстафета «В обруч с головой».**

Конкурс состоит из 4 заданий. Команды выступают друг за другом: сначала одна команда выполнит все этапы, потом вторая.



#### **1.этап.**

Мужчина и женщина стоят на расстоянии 10 метров друг от друга и катят друг другу обруч, сквозь который должны пробежать 4 мальчика 1-ой команды.



#### **2.этап.**

Это же задание выполняют 4 девочки той же команды.



#### **3.этап.**

Взрослые участники стоят на противоположных концах игрового поля. Выступление солистов. Мальчик 1-ой команды должен как можно больше раз пробежать сквозь катящийся обруч.



#### **4.этап.**

Девочка из той же команды повторяет это задание.Каждый удачный пробег через обруч засчитывается как одно очко.

Победившая команда получает 3 очка, проигравшая - одно очко, при ничьей каждой команде присуждается по 2 очка.

### **6. Конкурс «Скакалки»**

Команды выполняют задания конкурса друг за другом.Каждый удачный прыжок приносит команде 1 очко.

#### **1 этап**



Мальчик прыгает через скакалку на правой ноге 10 раз или до ошибки.

**2 этап**



2 девочки прыгают через скакалку на правой ноге 10 раз или до ошибки.



**3 этап**

Мужчина прыгает на двух ногах: 3 простых прыжка, а 4-ый с двойной прокруткой скакалки. Необходимо сделать 12 прыжков, в случае ошибки игрок сходит с дистанции.



**4 этап**

Женщина прыгает на двух ногах: 3 простых прыжка, а 4-ый с двойной прокруткой скакалки. Необходимо сделать 12 прыжков, в случае ошибки игрок сходит с дистанции. Победившей команде присуждается 3 очка, проигравшей - 1 очко, при ничейном результате - каждой команде по 2 очка.



**5 этап**

2-ое взрослых с длинной скакалкой по краям игровой площадки. Взрослые крутят скакалку. Сначала в игру вступает 1 спортсмен, к нему по очереди присоединяются еще 8 игроков. Скакать на 2-х ногах. В случае ошибки игра прекращается. Побеждает команда, которая пропрыгает 10 раз всем составом.

Победившая команда получает 3 очка, проигравшая - 1 очко, при ничьей - по 2 очка каждой команде.

***7. Эстафета с обручем «Турспринт»***

**1 этап.**



2 взрослых участника, мальчик и девочка с обручами выстраивают коридор, сквозь обручи туда и обратно друг за другом как можно быстрее пробегают 3 мальчика и 3 девочки.



**2 этап.**

2 взрослых участника, мальчик и девочка выстраивают из обручей «змейку». Ребята пробегают «змейку» туда и обратно сквозь обручи.



2 взрослых участника, мальчик и девочка кладут обручи на пол в одну линию, ребята пробегают дистанцию туда и обратно, стараясь не задеть обручи.



2 взрослых участника, мальчик и девочка ставят коридор из обручей, каждый из них должен пробежать сквозь обруч и отдать свой обруч следующему игроку

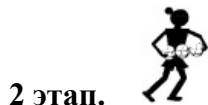
Победившая команда получает 3 очка, проигравшая - одно очко, при ничьей каждой команде присуждается по 2 очка.

### 8. Эстафета с волейбольными мячами «Сбор урожая».

Эстафета проходит в 5 этапа, обе команды играют одновременно



Мальчик скачет на рогатом мяче до ограничительного знака и обратно.



Женщина удерживает в руках 3 волейбольных мяча и бежит всю дистанцию туда и обратно.



3 мальчика держат 2 волейбольных мяча: одной рукой 1 мяч на уровне пояса, другой рукой мяч над головой, бегут до ограничительного знака и обратно.



2 девочки от каждой команды, взявшись за руки, удерживают лбами мяч и бегут дистанцию до знака и обратно. Помогать себе руками нельзя.



Мальчик удерживает 3 мяча, два мяча руками, один – бедрами, скачет всю дистанцию туда и обратно.

Победившая команда получает 3 очка, проигравшая - одно очко, при ничьей каждой команде присуждается по 2 очка.

### VII. Определение победителей:

8.1 Победителей и призеров соревнований определяют судейские бригады, утвержденные Оргкомитетом.

8.2 В случае равенства баллов в командном зачете, команды состязаются в перетягивания каната.

Победившая команда получает 3 очка, проигравшая - одно очко.

### **VIII. Награждение:**

9.1 Все команды, руководители и участники награждаются памятными грамотами, по возможности памятными сувенирами;

9.2 Команды, занявшие 1, 2 и 3 места награждаются кубками, медалями, дипломами, по возможности памятными подарками.

### **IX. Финансирование:**

- Финансирование соревнований осуществляется за счет добровольных пожертвований и спонсорской поддержки.

По всем вопросам обращаться в оргкомитет по тел.: 8-916-189-30-04 Заболотина Татьяна, 8-916-491-20-52 Яковлев Михаил, электронный адрес: sretenie.fest@gmail.com. По адресу: Москва, ул. Новослободская, 58, Собор Всемилошного Спаса.

### **ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

## **ЗАЯВКА**

на участие в соревнованиях веселые старты «Выходи во двор, поиграем»  
16 ноября 2024 года

1. Название команды:
2. Название храма (учреждения):
3. Ф.И.О руководителя (команды):
4. Телефон и электронная почта руководителя (команды):
5. Состав команды:

<b>№</b>	<b>ФИО</b>	<b>Возраст</b> (полных лет)	<b>Виза врача</b>
<b>1</b>	Капитан		
<b>2</b>			
<b>3</b>			
<b>....</b>			
<b>13</b>			

6. По возможности кратко, в свободной форме рассказать о своем коллективе и приложить фото.

**Заявки на участие подаются до 14 ноября 2024 года.**

**Примечание:** Для участия в соревнованиях необходимо ознакомиться с положением (на сайте [www.sreteniefest.ru](http://www.sreteniefest.ru)) и в оргкомитет прислать заявку [sretenie.fest@gmail.com](mailto:sretenie.fest@gmail.com).

**ОТКАЗ ОТ УЧАСТИЯ МЕНЕЕ ЧЕМ ЗА 2 ДНЕЙ, НЕ ПРИНИМАЮТСЯ**  
(если команда не полная, она все равно принимает участие).

По всем вопросам обращаться в оргкомитет по телефону: 8-916-189-30-04 Заболотина Татьяна, 8-916-491-20-52 Яковлев Михаил, электронный адрес: [sretenie.fest@gmail.com](mailto:sretenie.fest@gmail.com)